5.052 Polievka krémová s mäsom a zeleninou

100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
voda	13,00	13,00	15,00	15,00	16,00	16,00	18,00	18,00
hovädzie zadné	2,00	2,00	2,00	2,00	2,20	2,20	2,50	2,50
mrkva	1,00	0,80	1,20	0,96	1,50	1,20	1,80	1,44
zeler	0,50	0,40	0,50	0,40	0,75	0,60	1,00	0,80
petržlen	0,50	0,40	0,50	0,40	0,60	0,48	0,60	0,48
kaleráb	0,50	0,40	0,50	0,40	0,60	0,48	0,60	0,48
múka hladká	0,20	0,20	0,25	0,25	0,30	0,30	0,40	0,40
maslo	0,15	0,15	0,20	0,20	0,25	0,25	0,25	0,25
cibuľa	0,20	0,17	0,20	0,17	0,30	0,25	0,40	0,34
mlieko	5,00	5,00	5,00	5,00	6,00	6,00	7,00	7,00
rasca	0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02	0,03	0,03
soľ	0,07	0,07	0,10	0,10	0,12	0,12	0,15	0,15
petržlenová vňať čerstvá	0,05	0,03	0,05	0,03	0,10	0,07	0,10	0,07
hmotnosť porcie v g	180		200		220		250	
hmotnosť mäsa v g	12		12		13		15	

Receptúra

Výrobný postup

Hovädzie mäso umyjeme vcelku, vložíme do studenej vody, osolíme, pridáme očistenú cibuľu a rascu. Mäso varíme do mäkka. Pred dovarením pridáme umytú, očistenú a postrúhanú koreňovú zeleninu. Mäso vyberieme a zomelieme. Múku nasucho opražíme, zalejeme vodou, rozšľaháme, povaríme a vlejeme do polievky. Nakoniec pridáme mlieko, vložíme pomleté mäso, dochutíme maslom a varíme ešte 20 minút. Pred konzumáciou pridávame umytú posekanú petržlenovú vňať.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	283	68	5,73	2,3	0,0	5,4	0,8	83,5	0,9	0,189	0,0	0,1	5,5	0,0
B	308	74	5,80	2,8	0,0	5,9	0,9	86,1	0,9	0,22	0,0	0,1	5,6	0,0

										5				
C	372	89	6,66	3,4	0,0	7,3	1,2	104,1	1,1	0,284	0,0	0,1	7,5	0,0
D	428	103	7,70	3,6	0,0	8,9	1,4	121,0	1,2	0,336	0,0	0,1	8,0	0,0